



2021 – 2022

www.skiachterhoek.nl



Bestuursleden

<i>Voorzitter</i>	Han Meibergen Hanzeplein 37 6981 LD Doesburg tel. 0313 - 484301 email: voorzitter@skiachterhoek.nl
<i>Secretariaat</i>	Teunis Rossingh Slotlaan 158 7006 HJ Doetinchem tel. 0314 - 365940 email: info@skiachterhoek.nl
<i>Penningmeester</i>	William Volman de Hucht 44 7041 JM 's Heerenberg tel. 0314 - 330941 email: penningmeester@skiachterhoek.nl Ing: NL35 INGB 0003 7019 77

Beste leden,

Hierbij bieden wij u ons programma voor het seizoen 2021-2022 aan. U treft hierin **nog slechts 2** van de activiteiten aan die u van ons gewend bent. **Wegens het gebrek aan belangstelling voor de senioren-fitness, hebben we helaas afscheid moeten nemen van Gerrie Verbeek. Wij willen haar van harte bedanken voor de trouwe en vakkundige ondersteuning!**

Jan Wessels en Paul Zeeders verzorgen onze overige trainingen.

In het afgelopen seizoen zijn we wederom geplaagd door het Corona virus waardoor het geruime tijd niet mogelijk was om u de trainingen aan te bieden. Wij hopen u dit jaar de trainingen zonder coronabeperkingen aan te kunnen bieden.

De trainingen beginnen dit jaar voor beide groepen op 6 september. Bij voldoende belangstelling zullen we in mei en juni 2021 weer een avondtraining Nordic Walking aanbieden.

Wegens gebrek aan belangstelling hebben we ook de eindejaarswandeling moeten schrappen. Onze jaarvergadering staat gepland voor 7 november. We hopen dat deze dit jaar niet door Corona moeten afblazen.

Wij hopen dat eenieder zich weer aanmeldt voor de activiteiten in het nieuwe seizoen en wensen u allen een sportief en gezond jaar toe en voor de skiërs veel sneeuw en zon **en heel weinig corona**. Nieuwe deelnemers zijn van harte welkom.

Activiteitenkalender 2021-2022

Algemeen:

De genoemde bedragen voor Sneeuwfit en Nordic Walking trainingen zijn inclusief € 10,00 contributie voor Skivereniging Achterhoek.

Indien u zich voor meerdere trainingen inschrijft wordt voor de tweede en volgende training het genoemde bedrag vanzelfsprekend in mindering gebracht.

Wij verzoeken u dringend om u schriftelijk of telefonisch op te geven. Dit kan via het formulier op onze website, telefonisch bij onze penningmeester, tel. 0314 - 330941 of bij de contactpersoon vermeld bij de activiteit.

Na het begin van de Sneeuwfit en Nordic Walking cursus ontvangt u per email een factuur. We verzoeken u deze binnen 14 dagen te betalen.

Nieuwkomers zijn ook welkom om zich in de loop van het seizoen aan te melden. Wij bieden hun een gratis kennismakingsles aan.

Het bestuur behoudt zich het recht voor om bij onvoldoende aanmeldingen bepaalde activiteiten te laten vervallen.

Korte activiteiten

* Jaarvergadering.

Zoals gebruikelijk nodigen we u de eerste zondag in november uit voor onze jaarvergadering. De vergadering is aan het eind van de middag, zodat belangstellenden na afloop gezamenlijk van een maaltijd kunnen genieten (op eigen kosten).

Datum: zondag 7 november 2021.
Locatie: Hotel Restaurant Ruimzicht,
Kilderseweg 19,
7038 EH Zeddam.

Tijd: 16.00 uur.
Opgave: Voor 4 november via onze website, per email naar info@skiachterhoek.nl of bij Han Meibergen (0313 - 484301).

Sneeuwfit

De Sneeuwfit cursus is gericht op het verbeteren van de algehele conditie en het versterken van de spieren. Speciaal aanbevolen voor sporters die willen skiën, langlaufen of snowboarden. Wie wekelijks traint bereidt zich dan ook goed voor op zijn wintersport-vakantie.

**DOETINCHEM,
Maandagavond vanaf 6 september 2021,
Sneeuwfittraining.**

Locatie: Gymzaal Loomanlaan 19 te Doetinchem
Tijd: 20.00 - 21.00 uur.
Docent: Paul Zeeders
Data: 6 september 2021 - 25 april 2022.
Geen training: 20 en 27 december 2021, 18 april 2022.
Prijs: € 175,00 (31 lessen) .

Opm. Alle prijzen zijn inclusief € 10.00 lidmaatschap Skivereniging Achterhoek

Nordic Walking

Nordic Walking

Wij lopen in het gebied van de Montferlandse bossen op onverharde paden in geaccidenteerd terrein. Ter afwisseling zullen we regelmatig starten op een andere locatie (Safari programma). Aan het begin van de cursus zullen plaatsen en data bekend worden gemaakt.

De coaching van dit Nordic Walking programma is in handen van onze Nordic Walking docent Jan Wessels.

Op 6 september 2021 start onze maandagochtend training. Voor degenen die liever in de avonden trainen start er bij voldoende belangstelling vanaf maandagavond 2 mei 2022 een trainingsgroep voor gevorderden. Het programma voor deze training bestaat uit een aantal trainingen in de zaal en een aantal Nordic Walking lessen.

Inlichtingen en opgave bij William Volman, tel. 0314 - 330941.

AANBOD NORDIC WALKING TRAININGEN:

Maandag, eerste les 6 september 2021, ochtendtraining.

Startlocatie: Zeddum, parkeerplaats tegenover Café Restaurant "Het Tolhuis".
Docent: Jan Wessels
Tijd: 09.30 - 10.30 uur.
Data: 6 september 2021 - 27 juni 2022.
Geen training: 18 april, 6 juni 2022.
Prijs: € 157,00 (41 lessen).

Maandag, eerste les 2 mei 2022, avondtraining. (bij voldoende belangstelling)

Startlocatie: Nog te bepalen
Docent: Paul Zeeders / Jan Wessels
Tijd: 19.30 - 20.30 uur.
Data: 2 mei 2022 - 27 juni 2022.
Geen training: 6 juni 2022.
Prijs: € 55.00 (8 lessen, € 45.00 als het lidmaatschap al bij een andere activiteit verrekend is)

Opm. Alle prijzen zijn inclusief € 10.00 lidmaatschap Skivereniging Achterhoek.

Agenda

6 september 2021, 9.30:

Nordic Walking, Zeddum, t.o. het Tolhuis.

6 september 2021, 20.00:

Sneeuwfittraining, Doetinchem, Loomanlaan 19

7 november 2021, 16.00:

Jaarvergadering
Zeddum, Hotel Restaurant Ruimzicht.

2 mei 2022, 19.30:

Nordic Walking, avond training.